



Kursplan

Fakulteten för samhällsvetenskap

Institutionen för idrottsvetenskap

4IM112 Idrottsmedicin - Fysisk aktivitet och hälsa, 7,5
högskolepoäng

Sports Medicine - Physical Activity and Health, 7.5 credits

Huvudområde

Idrottsvetenskap

Ämnesgrupp

Medicin

Nivå

Avancerad nivå

Fördjupning

A1N

Fastställande

Fastställd 2010-12-15

Senast reviderad 2021-01-29 av Fakulteten för samhällsvetenskap. Revidering under innehåll, undervisningsformer, examinationsformer, kurslitteratur och provmoment.

Kursplanen gäller från och med höstterminen 2021

Förkunskaper

180 högskolepoäng varav 15 hp Anatomi/Fysiologi (minst 7,5 hp Fysiologi).

Idrott och hälsa, Idrottsvetenskap 90 hp eller motsvarande.

Alternativt – Läkarexamen; Sjukgymnastexamen; Sjuksköterskeexamen.

Mål

Efter avslutad kurs ska studenten kunna:

- redogöra för aktuell syn på hälsoinriktad fysisk aktivitet
- urskilja vanliga sjukdomstillstånd där fysisk aktivitet ordineras
- självständigt ge förslag till konkreta aktivitetsprogram där fysisk aktivitet ordineras
- visa och tillämpa aktuell praktisk metodik
- tillämpa adekvat beteendemodifikation
- utifrån aktuell forskning analysera och värdera vetenskapliga rön vad gäller fysisk aktivitet och dess betydelse för hälsa och välbefinnande.

Innehåll

Kursen bearbetar fördjupade kunskaper om hälsofrämjande fysisk aktivitet och hälsopromotion. Vidare studeras kardiovaskulära och metabola effekter av fysisk aktivitet, lämplig fysisk aktivitet vid olika sjukdomstillstånd och teorier för beteendemodifikation.

Undervisningsformer

Undervisningen består av föreläsningar, fallbeskrivningar, artikelanalyser, enskild laborativt moment i hemmet och forumdiskussioner.

Examination

Kursen bedöms med betygen Underkänd, Godkänd eller Väl godkänd.

Examination sker genom skriftlig examination fallstudier (hemtentamen), artikelanalyser, deltagande i diskussionsforum samt laborationsrapport.

För betyget Godkänd krävs att kursens mål är uppfyllda.

För betyget Väl godkänd på hela kursen krävs Väl godkänd på den skriftliga examinationen.

Förnyad examination ges i enlighet med Lokala regler för kurs och examination på grundnivå och avancerad nivå vid Linnéuniversitetet.

Om universitetet beslutat att en student har rätt till särskilt pedagogiskt stöd på grund av funktionsnedsättning, har examinator rätt att ge ett anpassat prov eller att studenten genomför provet på ett alternativt sätt.

Kursvärdering

Under kursens genomförande eller i nära anslutning till kursen genomförs kursvärdering. Resultat och analys av genomförd kursvärdering ska skyndsamt återkopplas till de studenter som genomfört kursen. Studenter som deltar vid nästa kurstillfälle erhåller återkoppling vid kursstart. Kursvärdering genomförs anonymt.

Kurslitteratur och övriga läromedel

Obligatorisk litteratur

Dohrn, Ing-Mari, Börjesson, Mats & Emtner Margareta (2018). *Fysisk aktivitet som medicin – en praktisk handbok utifrån FYSS*. SISU Idrottsböcker, 1:a upplagan, (320 s). ISBN: 978-91-7727-035-5

Kenney W. Larry, Wilmore Jack & Costill David (2019) *Physiology of sport and exercise* (7th ed.). Human Kinetics, (648 s). ISBN: 9781492574866

Kompendier och vetenskapliga artiklar motsvarande ca. 200 sidor tillkommer.